□敬告投稿者　歡迎加入

本報由全體同人常期選述、固已無需外界投稿、但愛讀諸君。如有自已之經驗心得、足增他人常識者、亦常擇尤發表、惟必遵照下列條件、(一)秘藥之稿件、絕對拒絕、(二)滿一千字以上之稿件不收(三)空泛不切實用之稿件不收未完之稿件不收(四)來稿宜選用簡短有越之筆墨而敍述一切實用便利之祕訣弟如違此不收、(五)攻擊他人的稿件、絕對拒絕(六)長期選述者另行致酬、

□新奇照片

此貨係華人發明製造、每包一角、有無影白照相八張、放在藥水內頃刻現出清晰影像、永久不變、新奇有趣、分號碼光出中外電影演員九套、[illegible]五套、孫中山二套梅蘭芳一套(郵五分卽贈樣包)招請外埠經理

□總批發　上海南京路二十號

華商三和公司

常識

胡適題

第六十七期

(民國十七年七月十五日)

□每份售洋二分□

(館址)上海南京路二十號

定報價目

每三日出一張本外埠五個月一元全年二元幷贈報夾寄費在內國外定報照價加倍郵票代現九五計值

廣告價目

每期每格(共計於方寸)五元均排新新聞之旁如嵌入五聞中長期面議

本期要目

治小腸氣驗方
警告女界
自由車之常識
編輯者言
最新燙衣法
女子月經布之研究
新常識獎金聲明
自米入夏不蛀
投稿競賽
提絃琴演奏法
常識顧問欄
漂亮男子特別注意
腋臭之治法

警告女界

束胸之害固已解放
雙峯高聳尤爲美觀
但是
因凸出而故曲其胸部
以致養成駝背之惡習

(許康明)

美人之美、不在乎柳灣之眉、亦不在乎秋水之眼、更不在乎櫻桃之口、然則胡爲乎而爲美、曰雙峯之高聳是也、且此種美觀、爲天然的、非人工的、既合之于衞生、又無背乎生理、與古時之纏足、今日之高根、固不可同日而語也、昔之婦女、不明此理、以爲羞恥、于是倡行小馬夾、以束其胸、高者使其低、凸者使其平、以致閨女則發育不全、產婦則乳汁稀少、要知胸前爲肺臟所居、肺主呼吸、爲人生最要之部位、若胸受縛束、則呼吸不利、最易釀成肺病、至於乳汁稀少、關係兒童將來之健康頗大、蓋小兒之生活、全賴乳汁以維持、若將胸乳縛束、則乳線中分泌乳汁之功能、必因之而阻碍、既無充分之乳汁、以供養小兒、則其將來之健康、不言可知矣、前者自身受病、後者遺害兒孫、故解放束胸、實爲今日女子最不容緩之事也、

幸哉、今日上海之女子、已十九解放矣、際此夏令、往來於道者、大都雙峯高聳、或隱約其間、突而不突、或鷄頭一點、息而不息、男女雙方、均已司空見慣、實無羞恥之理、蓋天下之事、愈祕則愈奇、愈奇則愈能引起對方之注意、若事事公開、自無奇祕之心矣、雖然今日之女子、對于束胸之害、雖已解放、然而其心目之中、仍以雙峯之高聳爲可恥、因此故屈其胸、而使其不致全部外露、雖交際之花、亦有此弊、久之必能養成駝背之惡習、亦卽養成肺癆之根原也、(據西醫云、肺癆病每小時能死百人、)由是以觀、徒有解放之名、而無解放之實、我爲女同胞惜矣、今不辭謭陋、略述其弊端之概要、務希女界同胞、速起改良・以謀徹底之解放、則幸甚矣・

□治小腸氣驗方

(黃宗濤)

余曾患疝氣疾、極感不便、嗣經中醫示余單方、據云以荔枝橘子櫻桃枇杷等核煮飲、再以艾葉用水二升煎滾、傾於盆內、上面散以月石粉、然後人坐盆上熏之、可使腎囊與睪丸縮小、而臻速效云云、余如法試之、漲大雖略能縮小、而終以未能除根爲憾、如用西法、以帶將小肚緊縛、既感不適、又鮮效驗、竊思當此初起之時、若不速治、將成終身大患、不覺戚焉憂之、尋遇知友羅君棨宗、告我彼祖傳祕方、靈驗特甚、惟僅能收效于初起、或一年者、其法惟何、祇須買活鴿一只、將鴿頭塞於空酒壺內、悶斃之、去毛剖腹洗淨、加酒少許、以解腥氣、置於不使進水器內、(洋鐵製成之夾層廣東爐子極適用)蒸熟、一次食盡、如此連食二只、(分三日吃、每日一只、須淡吃)余依法製食、果能恢復原狀、至今不發、誠祕方中之有實效者也、

中華郵政特准掛號認爲新聞紙類

漂亮男子特別注意

附贈明星照片

青年男子、對其本身之時髦漂亮問題、每不惜工本、挖空心思以求之、其目標何在、固可心照不宣、似與女子之撲粉愛妝、有異曲同功之妙、惟先決問題、無不自頭上做起、欲求頭髮之漂亭服貼、應用法國老牌之「美髮霜」、光耀不膩、問每瓶六角、第二步之漂亮問題、則爲西裝之領帶、每條一元六角、美麗新式、堅固耐用、又屬國貨、上列兩物、現歸南京路二十號華商三和公司經售、每購「美髮霜」一瓶或領帶一條、概贈中外電影明星小照片八張、定價既較外間爲廉、又得意外之贈品、漂亮男子、似可落得揚一個便宜、(二)

□癆病有藥可醫

□因癆死者每分鐘百人

恩嘉羅波藥料、乃產自南非洲一種特產植物藥材、並非毒藥、對於癆病可根本解決、專殺癆菌、不治他症、屢試屢驗、曾經英國著名化學師霍爾茂等細詳化驗、呈請英國高等審判廳查核存案、同時並經多數名醫及曾服此藥而告痊癒者、到廳證明、可見此藥之功效、凡患癆病者、須先將病狀或醫生驗單交下、書明、然後按其病之輕重、照配恩嘉羅波藥粉、依法服之、便可霍然、誠治癆之唯一良藥、每盒藥粉裝有六十小管、足供一月之用、價目每盒甲種十二元　乙種十八元　丙種念四元□注意□未購之前、最妥先至本公司特約醫生、李復生醫師診驗、其爲第幾期之癆、以昭愼重、(診所在南京路勞合路口大中鐘表店樓上)

林孚建業公司啓　上海南京路二十號

□美術鏡框

□家庭壁上之裝飾

南京路二十號華商三和公司近特製各種優等美術鏡匡、最合家庭壁上之裝璜、精緻大方、定價極爲公道、因定製大批、故成本較輕、能較市上所售者尤廉、四周均有邊縫、至爲美觀、計分兩種、甲種鏡匡之邊係由外國運來者大小均有、價自二角起、七寸者三角、七寸美術邊、則每只五角、十四寸者能配外國原底十寸照片(本公司亦有出售)、每只僅七角　(15)

□商店發達秘訣

上海商店缺乏推廣之能力不能利用廣告、蓋處此商戰時代、競爭尤烈、若不亟謀發展、則雖於價廉物美之貨、勢必堆積如山、無人顧問、故歐美各國之商店、對於廣告之宣傳、無不爭奇鬥勝、引人注目、惟我國報紙銷數不廣、又因戰爭關係、不能行銷全國、雖費極昂之價、其效力仍不能普及、欲求本外埠銷數廣大且可直達北方、沿途無阻者、惟有本報、故廣告之效力、較他報宏大、代價亦廉、爲店主者、倘欲謀貴店發達、可向本報接洽、

□閱「捲筒紙畫報」之經濟

(三山)

市上畫報、售價過昂、因有『捲筒紙畫報』之發行、溶合畫報與小報於一爐、用上等紅紛捲筒紙、彩色精印、印刷由外國技師擔任、尤覺美麗、精短文字、有趣文藝與美麗銅圖各十餘、宗旨純消、不談政治、故南北通行、不受扣留、注重學界商界與婦女界消息、每逢星期六出版、惟銷路僅暫限本埠、各**報販均有出售**每份售價**銅元三枚**既具畫報之精華華、又富有文藝之價值、而售價則與小報同、故閱報以購圖文雙絕之『捲筒紙畫報』最爲經濟、市面銷罄則函索郵票一分寄南京路二十號常識報館收轉卽得一份、(八)

□腋臭之治法

先將脅下用皂或鹼洗淨、向藥店購九一散六枚、作三四天用、每天兩次、向脅下頻頻擦之、頗有效驗、其價又廉、海內同情者、不妨一試、(賜謙)

□立止頭痛法

法將新鮮山藥、(向小菜場買)切兩薄片、貼在太陽穴、痛可立愈、乾則換之、較用蘿蔔汁吹入鼻管內、尤爲簡便易行也、(周文栩)

□徵求缺報

茲徵求本報二十三期一張、以一角爲酬、如承割愛、請寄本館發行部收、

華商三和公司啓事

本公司經營中外貿易、進出口貨。已五年於茲。信用卓著。凡欲向。英。美法。德。定貨者。可至本公司接洽。尤爲敏捷便利

定貨須知

□代辦郵購部　服務外埠顧客。信用卓著。取佣五釐。

□推廣部　有推銷各種貨物能力。幷代售貨品。不另取廣告費

學習駕駛自由車之常識

（張熙）

自由車輕便靈捷、遠行近步、莫不適宜、於身體復頗有俾益、誠青年必具之技也、其駕駛之法、惟甚簡單、然無毫常識、而欲習之者、亦頗困難、記者對此、雖無經驗可言、而初學常識、則略有所知、錄之以告世之有志于此者、

（一）初習時不免有傾倒之虞、故車子不必過新、然亦不可過舊、否則旋轉不靈、學者將多感困苦、

（二）學習時、當請一人在旁扶持、否則車身傾覆人身隨之、衣服于是破焉、

（三）握龍頭不可太用力、當視若無物、而出之以自然、蓋用力太重、則龍頭東轉西動、車身必有傾覆之患、

（四）車身將傾覆時、身體當依其所傾之方少斜、兩脚切勿停止行動、如鼓勇踏之、則危險可免焉、

（五）上車時、以一脚踏踏板上、兩手握龍頭、推車向前、使稍側向外、另一足一甩而上、此時切勿膽小、

習車時之常識、大概已如上述、然最要者、爲鎮定膽大、反之往往有禍亂發生、技未精時、尤勿宜在街上行駛、此習者所當注意者也

新常識

（陸靜仁）

（一）運動時注意點、凡人在運動前、若預食砂糖多許、最爲有益、蓋人之血液中、通常有百分之一砂糖、砂糖在體中、實首先酸化而生溫與活力故也、此法甚驗、運動者盍一試之、

（二）眼之保護法、看小字及紅色物、均足傷眼、保護之法、當時時向綠色植物觀望、或仰看天空之蔚藍色、至數分鐘之久、亦足保養眼力、

（三）用新鋼筆注意、新鋼筆頭每不能吸收墨水、考其故、因其外面附有一種油質、以防生銹也、於用時先將筆頭在火中燒一二分鐘、或置沸水中燙之、然後可免此患、

獎金聲明

六十五期封面第一篇邵愼伯之「佛教」、係「丙等獎」、被手民漏排、特此聲明、邱君可具條來領現金、

代郵

韓英乙生兩君鑒、來函悉、蒙指敎、不勝感謝、本期起對于記者黯史一稿暫時停刊、以待多數讀者之公決、因本報爲多數讀者之公物、故稿件之趨向、亦以多數讀者之目標爲依歸、

最新燙衣法

□既省錢又挺直□

夏日穿衣服、最易有縐紋、若至洗衣店加以燙過、必須小洋二角、現在吾有一法、既省錢又與燙過無異、此法只須洗清後、至陰處陰之、候其將乾未乾時、收下摺好、再用重物壓之、逾數分鐘後、仍散開吹乾、以盡潮氣、而衣服則毫無縐紋、與燙過無異、

編輯者言

（涼月）

□過去之六十六期、隨時改進、以達完善爲宗旨、但本報同人終覺未能十分滿意、本期對於印刷、編排、取材等、均已特別改良、同時幷希望讀者賜敎、力之所及、無不照辦也、

□本報現徵求實用專門科之稿、如經商、音樂、治家、攝影、美術、等等、

□讀者對於「記者黯史」以爲如何、贊成反對均請直言、蓋本報以衆意爲歸、讀者均爲本報之主人翁也

女子月經布之研究

（續上期）

木棉經布　經布之優劣、不在乎美觀、而在乎清潔、不在乎大小、而在乎玲瓏、（不致妨礙坐立行走、）且欲其吸收充分血水、以免溼透衣袴、故此種木棉經布、外用橡皮布以承之也、既能吸血、又不外溢、洵爲月經布中之佳製、製法分上下二截、上截繫腰、下截爲橡皮騎馬布、上承木棉枕、爲吸血之用、上部之製、仿彿如一無襠之汗褲、其下緣前後、皆有三骨鈕、下截中部爲一滿塞木棉之圓枕、（圓枕價極廉、每次用一個、用後棄去、可免洗滌之勞、）外托以橡皮布、兩端邊緣飛出之橡皮上、各有三鈕眼、以便鈕於上截之骨鈕上、此等木棉經布、較以上二種、價既廉、而貨又佳、可稱女子月經布中之最簡便者、海上中等婦女、均樂用之、

自製經布　以上三種經布、若因其價昂、或外埠無處購買者、可自製一種最簡單之經布、法用法蘭絨一方、剪成二尺正方、四角皆繫以布絆、（或線圈）先置水中煎過暴乾、用時先對折、摺疊一成長方形、次再對折摺疊爲小正方形、此時所釘之絆、聚於兩角、每角各有兩絆、可穿於前後褲帶上、另將其餘兩角、摺疊成卷、墊於當中、即自成一騎馬布捲、用後可將血塊洗去、下次再用、（惟洗滌時不可用熱水、否則、血斑永洗不去、此亦不可不知、）較前者經濟多矣、（姚天一）（乙等獎）

準每逢星期六出版　從未脫期信用卓著　可供參考宗旨純正

圖文雙絕　印刷驚人　**攝影畫報**　上海南京路二十號

名醫主持　篇幅偉大　**康健報**　上海山東路南京路

二元半　全年　報費　二元

主幹　林澤蒼
編輯　編輯部
中醫編輯　丁仲英　陳存仁

攝影康健常識三報合定共洋五元國外加倍幷贈三報報夾

函附郵費三分即贈樣張及種種折扣優待券

白米入夏不蛀

白米入夏以來、必有米蟲及洋子等產生、又有纏頭、極易發蒸、若於此等未發生前、用麻布袋置於礱糠之中、雖秋日取出、亦必無以上之病、此法甚覺簡單、既不煩手續、且頗有效、（淡月）

投稿競賽

□自舉行以來、加入者極爲踴躍、封面第一篇按期均由本館於三日後即付現金、信用卓著、惟以名額所限、割愛良多、尚祈鑒原、酬金以一月爲期、過限作爲却酬論、領酬者應具條蓋章、以清手續、

□本報十二分歡迎讀者加入「競賽」、區區獎金、不敢云酬、聊充筆墨之費耳、

遞加珠算捷訣

練習珠算者、以手法敏捷而無錯誤、最爲不易、故有遞加算者、（即疊塔餅也）以練習其手法、自一數至數十、或逾百相較、各人手法之快慢、算者必甚覺麻煩、尤其算至來後、目光眩耀、偶一不愼、前功盡棄、今有一法、使算者迅疾而無錯誤之弊、若與人決賽、永操左券、欲遞加至若何數目、祇須一算而得之、其法欲遞加至若何數目、就將此數目減半而乘之、惟半數之後、須加上一個五、乘得之數、方適合無錯、例如加至三十六半數爲十八、再加.五.爲一八五、以乘三十六、得六六六、如遞加至四十五、則半數爲二二.五.再加.五爲二三、以與四十五相乘、得一〇三五、如遞加逾百亦照此類推、必無分毫錯矣、較依次遞加之疊塔餅、相去不啻霄壤、諸君閒時、不妨一試、再此法須自一數加起、倘以他數加起、則不驗矣

提弦琴演奏法

實用獨習

（林澤蒼）

（一）提弦琴之自修　可獨自練習而成

熱心愛學提弦琴者、往往設問曰、苦無琴師教授、獨自練習、其能成功歟、余亦無庸躊躇、正告之曰、子能恆久練習、忍耐研究、敏捷觀察、專心撫弄、則未有不成、雖然、練習提弦琴、譬諸讀法文敎本、時而習之、固可善操法語、惟欲盡其妙而求其奧、當常與法人周旋、聆其語言、以便自省所學之純粹與否、練習提弦琴亦然、設逢妙手演奏時、須細心靜聽、幷觀察其動作、藉他以資研究、嘗聞學者每苦不得良師導引、然此不足爲病、應知獨自練習、亦可成功、所最要者、過有善斯技術之人、即可乘此機會、注意其手指轉動之格式、弦弓上下之移易、右指灣曲之態度、提弦琴、手腕、左指等姿勢、與夫左手上下移動、自始至終之發音準確、如上種種、均當心領神會、時時練習、此義旣明、再得適當樂譜、勤習不怠、如是而云獨自練習有不能成功者、吾未之見也、蓋敎師亦不過示以規矩、解其艱難、幷預防惡習慣之成就、別無他法、然良善之敎師、寥若晨星、而所謂不學無術卑鄙腐敗者、幾觸目皆是、蓋彼等靠此營生、藉學徒之學費爲糊口、故不得不延長學習期限、愈久愈妙、滿其金錢之慾壑也、環境所迫、不得不爾、情雖可諒、其如學者之經濟光陰、兩者曠廢何、

常識顧問欄

□本欄簡章□

本報爲便利讀者起見、特闢本欄、以便讀者訊問一切疑難之事、如本報同人、不能答復者、當登報徵求、惟本報篇幅有限、不得已每行十四字、收費二角、（定戶減半）多則類推、以示限制、

□問　手淫之預防法請詳細示知爲盼

□答　手淫之爲害甚大、其普通之療法、不外禁止一切猥褻之語言、及卑鄙之小說使心無感觸、並且養成其樂爲其他一切健全的遊戲之精神、而尤以冷水沐浴其身體爲宜、其少年寤寐中、耽玩其生殖器者、宜縛其兩手如拳、或將其陰部以金屬線類所製之密網蒙被之、錮以小鎖、而固着于腰部、就寢前必預節飲料、宜用較薄之寢具、每朝必令早起、此爲人父兄者所應盡之義務、不可懈忽者也、

□問　鼻呈赤色並小點多粒甚糙乞治、

□答　此乃肺熱薰蒸之故、宜忌煙酒及辛辣之味、以赤芍二錢、丹皮錢半、桑白皮三錢、地骨皮錢半、生甘草四分、煎湯代茶、

遺精與遺尿

（一）夢中遺尿　以猪脬洗淨、炙熟食之、

（二）夜夢遺精　常食芡實自愈、如係虛寒滑脫者、宜服補中益氣丸、兼固精之品、若因火旺夢遺、則須先清心火、又寒滑者、以韭子爲末、每日服二錢、服時佐以開水、

（三）遺精日久、如水之漏者、文蛤八個、（非此不可）白茯苓二兩、白龍骨一兩、各研爲末、使成如桐子大之、米糊丸、空心時用淡鹽湯佐服七十丸、臨睡時再服一次、